

Weltkindertag 2024



Muslimisches Familienbildungswerk Köln



„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“

(Antoine de Saint-Exupéry aus „Der kleine Prinz“)

FAMILIENZENTRUM



Unsere Kita Amana ist seit 2015 ein zertifiziertes Familienzentrum.



Liebe Eltern,

wir freuen uns, Ihnen unser neues Programm vorstellen zu können und hoffen, dass Sie darin viele spannende Angebote finden, die Sie und Ihre Familie ansprechen.

Unser Muslimisches Familienbildungswerk versteht sich als Ihr verlässlicher Begleiter. Wir möchten Sie in Ihrer Rolle als Eltern stärken und Ihnen die Möglichkeit bieten, sich mit anderen Familien auszutauschen.

Unser Ziel ist es, Sie in den verschiedenen Phasen Ihres Familienlebens zu unterstützen und Ihnen dabei zu helfen, den Alltag erfolgreich zu meistern. Besonders in diesen krisengeprägten Zeiten möchten wir Ihnen Halt und Orientierung bieten. Unsere Angebote werden mit großer Sorgfalt von engagierten Pädagog:innen und Fachkräften gestaltet und durchgeführt.

Ein abwechslungsreiches Programm erwartet Sie, und wir laden Sie herzlich ein, in einer angenehmen und familienfreundlichen Umgebung daran teilzunehmen.

Wir freuen uns darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!

Nilgün Filiz

Leiterin „Muslimisches Familienbildungswerk Köln“



Rückblick: Kita *Amana* Jubiläum



Muslimisches Familienbildungswerk

Deutsche Sprache

Integrationskurse für Frauen/Mütter	23
Orientierungskurse	30

Erziehungskurse für Mütter

Starke Eltern - Starke Kinder® (SESK) Seminare	42
SESK© im teil-digitalen Format / Mütter-Coaching	43
MiA-Kurse – Gesprächskreise für Frauen	44
Mütter-Cafés	45
Ein Baby wird geboren / Babymassage nach McClure	46
Still-Café / Grenzen setzen - (k)ein Problem?	47
Gesund ins Leben	48

Mütter aktiv mit Kindern

Krabbelgruppe	49
Baby-Lektüre - Krabbel-Treff / „Sing mit mir!“	50
„Joko, du und ich“	51
Spielgruppe für Mütter und ihre Kinder im Alter von 1,5-3 Jahren	52
„Mama, spiel mit mir!“	54
Bastelnachmittag	55
Einzelseminare und Kurse	56

Seminare für Eltern

Zeit für uns! – Eltern-Time	63
Wer betreut mein Kind, wenn ich keinen Kita-Platz habe?	64
Möchten Sie Tagesmutter/Tagesvater werden?	65
Little Bird - Wie bekomme ich einen Kindergartenplatz für mein Kind?	66
Achtsamkeit in der Natur	66
Pflegeeltern werden	67
Einzelseminare und Kurse	68

Erziehungskurse für Väter

Väter-Treff	75
-------------	----

Angebote für Senioren

Hurra, wir werden/sind Großeltern!	76
Oma erzählt	77

Gesundheit

Kinder sicher begleiten	78
Schnell und gesund kochen im Alltag / Gesunde Ernährung für die Familie	80

Pädagogische Fortbildung für Multiplikator:innen

Marie, Murat & Co.	81
Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen	82
Poesie in der (muslimischen) Erziehung	83
Basisbildung für Migrantinnen/Vorbereitungskurs für den Besuch der Hauptschule	84

Starke Eltern – Starke Kinder® (SESK) Seminare Pubertät – Aufbruch, Umbruch, kein Zusammenbruch



Pubertierende Jugendliche stecken innerlich oft im Chaos und damit meist auch die Eltern und der Rest der Familie. Die Eltern fühlen sich dabei häufig machtlos und haben das Gefühl, sie könnten ihren Kindern nicht helfen. Die Kinder verändern sich, die Konflikte erschweren den Alltag. Kinder und Eltern werden sich in dieser Zeit oft erst einmal fremd.

Das Seminar bietet den Eltern einen Austausch über die Wirren, Überraschungen oder Verzweigungen während der Zeit der Pubertät. Sie erhalten Unterstützung und Rat durch unsere erfahrene Pädagogin.

Gerne bieten wir das Seminar auch in Ihrem Verein in **deutscher oder türkischer** Sprache an.

Datum : wird bekanntgegeben	36 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Familienzentren im Verbund Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin FB25 14

Datum : wird bekanntgegeben	36 UStd.
Zeit : 09.00 – 11.15	
Ort : Kita Picco Pänz, Piccolominstr. 262, 51067 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin FB25 15

Datum : 16.01. – 27.03.2025, donnerstags	36 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin FB25 16

SESK® im teil-digitalen Format

Datum : wird bekanntgegeben	je 3 UStd.
Zeit : wird bekanntgegeben	
Ort : BFmF	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin FB25 17

Mütter-Coaching

Begleitung der Mütter im Erziehungsalltag

Die Kurse bieten wir in verschiedenen Sprachen an.

Datum : 09.01. – 03.07./04.09. – 11.12.2025	je 3 UStd.
Tag : donnerstags, für Alleinerziehende	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Assia Daoudi (in Arabisch),
Elternbegleiterin** FB25 18

Datum : 06.01. – 07.07.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 12.00 – 13.30	

**Seher Kurtar (in Türkisch),
Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,
Psychologische Beratung und Betreuung** FB25 19

MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen

MiA bedeutet „Migrantinnen einfach stark im Alltag“. In diesem Kursangebot, können sich Frauen gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut, lernen dazu und erfahren viel Neues. Sie sprechen über Themen, die für sie wichtig sind. Die Kursgruppe besteht nur aus Frauen. Auch die Kursleiterin ist eine Frau. Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate. Ob Sie an einem MiA-Kurs teilnehmen können, erfahren Sie in einem Gespräch. Fragen Sie bitte einfach nach, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert und ist für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Datum : 09.01. – 08.05.2025	51 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

Assia Daoudi

FB25 20

Datum : 07.05. – 17.09.2025	51UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Samira Aschtari

FB25 21

Datum : 27.08. – 17.12.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 12.30 – 14.45	

Emine Söyleyenoğlu

FB25 22

gefördert durch:



Mütter-Cafés

Unsere Mütter-Cafés sind ein offenes Angebot für Mütter. Hier haben sie die Möglichkeit, während die Kinder betreut werden, für einige Stunden den Alltagsstress zu vergessen und sich mit anderen Müttern in gemütlicher Runde auszutauschen. Die Mütter-Cafés werden von pädagogisch qualifizierten Mitarbeiterinnen angeboten und begleitet. Es werden auch externe Referentinnen zu Themen wie Ernährung, Erziehung, Entwicklung und Gesundheit eingeladen.

Mütter-Café in arabischer Sprache

Datum : 07.01. – 01.07./02.09. – 09.12.2025	je 3 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

Assia Daoudi, Elternbegleiterin

FB25 23

Datum : 10.01. – 04.07./05.09. – 12.12.2025	je 3 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

Assia Daoudi, Elternbegleiterin

FB25 24

Mütter-Café in türkischer Sprache

Datum : 04.02. – 01.07./02.09. – 02.12.2025	je 2 UStd.
Tag : 1. Dienstag im Monat, 10.30 – 12.00	
Ort : Furkan Moschee, Andreaestr. 14, 51063 Köln	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 25

Ein Baby wird geboren

Die Wahl des Geburtsortes und der Hebammenbetreuung

- Soll mein Baby im Krankenhaus zur Welt kommen?
- Welche Alternativen gibt es? Was ist für mich das Richtige?
- Wer steht mir während und nach der Schwangerschaft mit Rat und Tat zur Seite?
- Soll ich die Wahl der Hebamme dem Zufall überlassen?

Datum : 07.02.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 26

Datum : 02.05.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 27

Datum : 05.09.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 28

Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,
Psychologische Beratung und Betreuung

Babymassage nach Mc Clure

Datum : 01.09. – 15.12.2025 je 2 UStd.

Tag : montags

Zeit : 12.30 – 13.30

FB25 29

Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,
Psychologische Beratung und Betreuung

Still-Café

Sie haben ein Baby und suchen Austausch und Anregungen? Wenn Sie Fragen haben, fundierte Informationen suchen oder Kontakt zu anderen Müttern mit Babys knüpfen möchten, dann sind Sie hier genau richtig! Das Still-Café lädt Sie (und Ihre Babys) zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch ein.

Datum : 07.01. – 08.07.2025 je 2 UStd.

Tag : dienstags

Zeit : 11.00 – 12.30

FB25 30

Seher Kurtar,

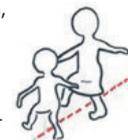
Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,
Psychologische Beratung und Betreuung

Grenzen setzen – (k)ein Problem?

Grenzen können Kinder einschränken, frustrieren, Aggressionen und Widerstand hervorbringen.

Grenzen können aber auch Halt und Sicherheit geben, Klarheit schaffen, das Miteinander regeln.

Wir möchten Sie einladen gemeinsam die Herausforderungen und die Chancen des Grenzsetzens zu erörtern, Lösungsmöglichkeiten zu finden und gleichzeitig einen Austausch zu pflegen.



Datum : 05.05.2025, Montag je 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V.

James Krüss Grundschule

FB25 31

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

Gesund ins Leben



Bereits während der Schwangerschaft und auch wenn das Baby endlich da ist, stellen sich Mütter viele Fragen. Soll ich stillen und wenn ja, wie lange? Wo soll das Kind schlafen? Dieser Vortrag will Ihnen Anregungen zu einem gemeinsamen liebevollen Umgang mit Ihrem Baby geben.

Datum : 07.02.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 32

Datum : 02.05.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 33

Datum : 05.09.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 34

Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,
Psychologische Beratung und Betreuung



Krabbelgruppe

Diese Treffen ermöglichen Müttern gemeinsam mit ihren Kindern **bis 2 Jahren** einen vertrauensvollen Austausch untereinander. Es finden gemeinsame Mutter-Kind-Spiele sowie eine pädagogische Begleitung der Mütter durch unsere Pädagoginnen statt.

Datum : 06.01. – 30.06./01.09. – 15.12.2025 je 3 UStd.

Tag : montags

Zeit : 09.30 – 11.45

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 35

Datum : 08.01. – 25.06./03.09. – 17.12.2025 je 3 UStd.

Tag : mittwochs

Zeit : 12.30 – 14.45

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 36

Datum : 10.01. – 11.07./05.09. – 19.12.2025 je 3 UStd.

Tag : freitags

Zeit : 13.00 – 15.15

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 37



Baby-Lektüre - Krabbel-Treff

mit Bilderbüchern in die Lese-Welt hineinkrabbeln!

Da die Leseförderung die beste Investition in die Zukunft jedes Kindes ist, möchten wir mit diesem Angebot die Kinder so früh wie möglich für Bücher begeistern bzw. damit in Kontakt bringen. Wir treffen uns einmal in der Woche, singen gemeinsam Lieder, spielen Kniereiter- und Fingerspiele, die eine wichtige Basis für die spätere Sprach- und Lesekompetenz der Kinder schaffen. Für Kinder 0-3 Jahren.

Datum : 08.01. – 26.02./07.05. – 25.06.2025	je 3 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 38

Datum : 03.09. – 29.10./05.11. – 17.12.2025	je 3 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 13.00 – 15.15	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 39

„Sing mit mir!“

„Bei uns ist der Gesang die erste Stufe der Bildung“ (Goethe)

Wir singen verschiedenste Kinderlieder auf Deutsch, Türkisch und Arabisch. Auch Lieder in anderen Sprachen, die den Kindern bekannt sind, können mit eingebracht werden.

Datum : ab 06.02.2025	je 2 UStd.
Tag : donnerstags/14-tägig von 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

Anne Schulte-Bensaid, Dipl. Sozialpädagogin

FB25 40

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

„Joko, du & ich“



„Joko, du & ich“ ist ein Konzept, das von der AOK Rheinland/Hamburg und der Universität Bielefeld entwickelt wurde. Die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung kann das seelische Wohlbefinden von zwei- bis dreijährigen Kindern nachhaltig fördern.

Die Kurszeit ist gefüllt mit Spielen, Singen, Geschichtenerzählen, Bewegung und Entspannung.

Hier haben Sie die Möglichkeit neue Erfahrungen zu sammeln und erhalten Anregungen für das Beisammensein zuhause.

Datum : ab Januar 2025, in Arabisch	24 UStd.
Tag : nach Vereinbarung	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

Assia Daoudi,

Dipl. Literaturwissenschaften/Elternbegleiterin

FB25 41

Datum : ab Januar 2025, in Bosnisch	24 UStd.
Tag : nach Vereinbarung	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

Sanela Babić,

Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (B.A.)

FB25 42

Datum : 03.09. – 29.10.2025, mittwochs	je 2 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 43

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

Spielgruppe für Mütter und ihre Kinder im Alter von 1,5 - 3 Jahren

In dieser Gruppe kommen Mütter mit Kindern aus verschiedenen Kulturen zum gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln und Malen zusammen. In einer lockeren, freundlichen und gemütlichen Atmosphäre werden auch familiäre und kulturelle Themen besprochen.



Datum : 07.01. – 01.07./02.09. – 16.12.2025	je 3 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des „Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 44

Datum : 09.01. – 10.07./04.09. – 11.12.2025	je 3 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 45

Datum : 13.01. – 07.07./01.09. – 15.12.2025	je 3 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 09.45 – 12.00	

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 46

Datum : 15.01. – 09.07./03.09. – 10.12.2025	je 3 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 47

Datum : 15.01. – 09.07./03.09. – 10.12.2025	je 2 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 15.00 – 16.30	

**Betül Uçar, Systemische Beraterin (nach DGSF)
Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)**

FB25 48

Datum : wird bekanntgegeben	je 3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Kita Von-Ketteler-Straße 26, 51061 Köln	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 49



„Mama, spiel mit mir!“

Das Spielen ist eines der wichtigsten Grundbedürfnisse der Kinder. Durch das Spielen erkunden sie ihre Umwelt und entfalten ihre körperlichen, geistigen und seelischen Fähigkeiten. Welche Spiele sind in welchem Alter geeignet und sinnvoll? Gemeinsam entdecken wir in diesem Seminar die Spielwelt der Kinder!

Datum : wird bekanntgegeben 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Ort : Kindertagesstätte Neue Kempener Straße

Neue Kempener Str. 207, 50739 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 50

Datum : 13.05.2025 2 UStd.

Tag : Dienstag

Zeit : 09.00 – 10.30

Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 51

Datum : 08.04.2025/15.04.2025 je 3 UStd.

Tag : dienstags

Zeit : 10.00 – 12.15/14.00 – 16.15

Ort : Familienzentren im Verbund

Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 52

Bastelnachmittag

für Mütter und ihre Kinder im Alter von 3-6 Jahren

Datum : 14.04.2025, Montag 3 UStd.

Zeit : 11.30 – 13.45

Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des „Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 53

Datum : 11.11.2025, Dienstag 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V. James Krüss Grundschule

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 54

Basteln für den Ramadan

Datum : 12.02.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Kosten : 5 €

Ouafa Benghanou, Tagesmutter

FB25 55

Wir basteln Schultüten

Datum : 25.06.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.30 – 17.00

Kosten : 5 €

Ouafa Benghanou, Tagesmutter

FB25 56

Bewegungsbaustelle für Mütter und ihre Kinder im Alter von 2 - 4 Jahren

Bei der Mutter-Kind-Bewegungsbaustelle erobern unsere Kleinsten durch Springen, Balancieren, Singen und Tanzen, Klettern und Rutschen die Welt. Sie erleben ihren Körper, lernen eigene Fähigkeiten und Grenzen kennen und haben Spaß. Die Freude an der Bewegung steht bei uns im Mittelpunkt.

Nach einer Einstimmung mit Liedern und Bewegungsspielen bauen wir eine Gerätelandschaft auf, welche die Kinder selbständig oder gemeinsam mit ihren Müttern entdecken und ausprobieren dürfen. Die Kinder klettern, balancieren, springen, fangen und werfen. Das alles wird an unterschiedlichen Stationen gefordert und gefördert. Abschließend gibt es einen Ausklang ebenfalls mit Liedern.

Datum : 05.02.2025, mittwochs	2 UStd.
Zeit : 14.00 – 15.30	
Ort : KiTa & Familienzentrums Niehler Elternverein e.V.	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin **FB25 57**

Datum : 09.04. – 18.06.2025, mittwochs	je 2 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin **FB25 58**

Datum : 04.11. – 16.12.2025, dienstags	je 3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15	
Ort : Familienzentren im Verbund KiTa Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin **FB25 59**

Mutter-Kind Gruppe

Datum : 07.01. – 08.07./02.09. – 09.12.2025	129 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 14.00 – 16.15	

Nuriye Kaplan, Kinderpflegerin **FB25 60**

Datum : 10.01. – 04.07./05.09. – 12.12.2025	129 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Nuriye Kaplan, Kinderpflegerin **FB25 61**

Wir basteln einen Ramadankalender

Steht der Ramadan vor der Tür, wird es Zeit einen neuen Ramadankalender zu basteln.

Liebe Mütter,
Sie sind mit Ihren Kindern hierzu herzlich eingeladen!

Datum : 13.02.2025, Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin **FB25 62**

Datum : 18.02.2025, Dienstag	3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15	
Ort : Familienzentren im Verbund KiTa Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin **FB25 63**

Datum : 20.02.2025, Donnerstag 3 UStd.

Zeit : 15.00 – 17.15

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 64

Datum : 21.02.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des
„Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 65

Datum : 21.02.2025, Montag 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V.
James Krüss Grundschule

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 66

Datum : 25.02.2025, Dienstag 3 UStd.

Zeit : 09.00 – 11.15

Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 67



Gemeinsames Iftar Am Bilderstöckchen

Ramadan ist nicht nur ein Monat der Spiritualität und der inneren Einkehr, sondern auch ein Monat des Zusammenkommens der Menschen. Mittlerweile ist es eine Tradition geworden, dass das BFmF und das Familienzentrum Bilderstöckchen gemeinsame Iftar-Abende veranstalten.

Diese gemeinsamen Iftar-Abende beinhalten sowohl spirituelle als auch unterhaltsame Programmpunkte und haben einen ganz besonderen Stellenwert bei den Eltern, da sie ein besonderes Gemeinschaftsgefühl ausdrücken.

Die Veranstaltung wird gemeinsam mit und für die Eltern der Kita organisiert und durchgeführt.

Datum : 20.03.2025 4 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 15.00 – 18.00

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 68

Wir feiern gemeinsam das Opferfest

Kinder und Eltern aus verschiedenen Religionen feiern gemeinsam das Opferfest.

Datum : 12.05.2025 3 UStd.

Tag : Montag

Zeit : 15.00 – 17.15

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 69

Los geht's - Eltern & Kinder basteln Drachen und lassen sie steigen

Der Herbst bietet neben bunten Blättern, Kastanien und Nüsse sammeln eine ganz besondere Spielmöglichkeit an, die wohl jeder aus seiner/ihrer eigenen Kindheit noch kennt.

Drachen steigen lassen gehört zu einer der schönsten und beliebtesten Outdoor-Aktivitäten im Herbst. Doppelten Spaß haben Kinder, wenn sie zudem die Drachen auch noch mit den Eltern selbst zusammenbauen. Mit ein wenig handwerklichem Geschick lässt sich dies einfach und kostengünstig verwirklichen.

Drachen basteln / Drachen steigen lassen

Datum : 09.10.2025/10.10.2025	je 3 UStd.
Tag : Donnerstag / Freitag	
Zeit : 14.00 – 16.15	Kosten : 3 €
Ort : BFmF e.V.	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 70

Datum : 13.10.2025/20.10.2025, Montag	je 2 UStd.
Zeit : 11.00 – 12.30	
Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des „Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 71

Datum : 14.10.2025/21.10.2025	je 2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 09.00 – 10.30 / 14.00 – 15.30	
Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 72

Datum : 22.09.2025, Montag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V. James Krüss Grundschule	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 73

Datum : 28.10.2025/30.10.2025, Dienstag/Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	
Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 74

Datum : 29.10.2025/31.10.2025	je 2 UStd.
Tag : Mittwoch/Freitag	
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 75

Mutter-Kind-Treff in der Bibliothek

Dieses Treffen ermöglicht Familien mit Fluchterfahrung, insbesondere Mutter und Kind, in der Bibliothek gemeinsam in die Bücherwelt einzutauchen. Hierbei können Bücher vorgelesen, Gesellschaftsspiele gespielt oder gebastelt werden.



Datum : ab 09.01.2025	je 3 UStd.
Tag : alle 2 Wochen donnerstags	
Zeit : 16.00 – 18.15	
Ort : Zentral-Bibliothek	

Assia Daoudi,

Dipl. Literaturwissenschaften/Elternbegleiterin

FB25 76

Spaziergang im Wald

Unsere Kinder leiden immer häufiger unter Reizüberflutung und an Konzentrationsschwäche.

Wissenschaftler fanden heraus, dass bereits ein täglicher 20-minütiger Spaziergang durch einen grünen Park oder Wald beruhigend wirken und die Konzentration verbessern kann.

Wir möchten gemeinsam mit Kindern und Eltern die beruhigende Wirkung eines solchen Spaziergangs erfahren.

Treffpunkt ist BFmF e.V.

Datum : ab 31.01.2025	je 4 UStd.
Tag : jeden letzten Freitag im Monat	
Zeit : 14.30 – 17.30	
Ort : Lindenthaler Stadtwald	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 77



Datum : 27.05. – 08.07.2025/02.09. – 07.10.2025	je 4 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 14.30 – 17.30	
Ort : Blücherpark	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 78

Zeit für uns! – Eltern-Time

Wir laden Sie herzlich zu unserer „Eltern-Time“ ein, wo Fragen über die Entwicklung und Erziehung der Kinder in einer angenehmen, geselligen Atmosphäre mit Kaffee und Kuchen besprochen werden.

Unsere erfahrene Fachkraft Necibe Dumanoğlu wird Sie dabei mit Rat und Tat begleiten.

Gerne können Sie Vorschläge und Themen mitbringen, die Sie gemeinsam besprechen können.

Wir freuen uns auf Sie!

Datum : ab 04.02.2025	je 2 UStd.
Tag : jeden ersten Dienstag im Monat	
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e. V., Bistro	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 79

Datum : ab 01.04.2025	je 3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15, jeden ersten Dienstag im Monat	
Ort : Familienzentren im Verbund Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 80

Wer betreut mein Kind, wenn ich keinen Kita-Platz habe?

Wir informieren Eltern darüber, wie sie einen Tagespflegeplatz für ihr Kind bekommen können.

Weitere Informationen auf Anfrage

Ansprechpartnerin

Anne Schulte-Bensaid, kita.amana@bfmf-koeln.de

Möchten Sie Tagesmutter/ Tagesvater werden?

Wir informieren Interessierte über die Qualifizierung zu Tageseltern.

Datum : 15.05.2025 2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 16.00 – 17.30

Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 81

Datum : 13.11.2025 2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 16.00 – 17.30

Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 82

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

Little Bird - Wie bekomme ich einen Kindergartenplatz für mein Kind?

Sie möchten Ihr Kind in der Kita anmelden, wissen aber nicht wie? Dann sind Sie in dieser Veranstaltung richtig. Hier wird Ihnen die Online-Anmeldung über Little Bird erklärt.

Datum : 16.01.2025

2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 15.00 – 16.30

Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 83



Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

Achtsamkeit in der Natur

Ein Kurs zur Förderung der mentalen Gesundheit von Müttern. Die Natur ist ein Ort der Entspannung und der Achtsamkeit. Wir bieten Spaziergänge in der Natur an und gestalten diese mit kleinen Achtsamkeitsübungen. Die bewusste Wahrnehmung des Moments und die Entschleunigung liegen dabei im Fokus. Ort wird bekanntgegeben.

Datum : 28.04.2025/30.04.2025	je 3 UStd.
Tag : Montag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

Assia Daoudi, (in Arabisch)
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 84

Datum : 05.05.2025/12.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Montag	
Zeit : 14.00 – 16.15	

Necibe Dumanoğlu, (in Türkisch)
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 85

Datum : 06.05.2025/07.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

Betül Uçar,
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 86

Datum : 13.05.2025/14.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

Sanela Babić, (in Bosnisch)
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 87

Datum : 20.05.2025/21.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

Ayşegül Yiğit,
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 88

Datum : 22.05.2025/23.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Donnerstag/Freitag	
Zeit : 10.15 – 12.30	

Funda Karaca,
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 89

Pflegeeltern werden!

Aus verschiedenen Gründen verlieren viele Kinder ihr Zuhause und geraten in Notsituationen. In solchen Momenten brauchen sie eine liebevolle Umgebung. Pflegeeltern können diesen Kindern für einen begrenzten oder unbestimmten Zeitraum ein sicheres Zuhause, Geborgenheit und familiäre Stabilität bieten. Es gibt bestimmte Voraussetzungen, um Pflegeeltern zu werden. Wenn Sie daran interessiert sind, einem Kind ein liebevolles Zuhause zu schenken, erfahren Sie in diesem Seminar alles Wissenswerte über die Anforderungen an Pflegeeltern!

Datum : 04.11.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 16.00 – 17.30	

Sümeyye Lambrecht,
Kindheitspädagogin,
Türkisches Generalkonsulat Hamburg Attaché

FB25 90

Elternstart NRW

Mein Baby ist endlich da – Hurraaa!



Liebe Eltern,

herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Babys. Nun beginnt eine sehr aufregende und ebenso verantwortungsvolle Zeit für Sie. Diese Verantwortung wird Sie nun Ihr Leben lang begleiten. Einmal Eltern – immer Eltern! Wir wollen Sie in dieser wichtigen Phase im Rahmen des Projekts „Elternstart NRW“ unterstützen und begleiten. Sie erhalten an 5 Terminen jeweils 90 Minuten Informationen rund um die kindliche Entwicklung, Ihre Rolle als Eltern und vieles mehr. Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr und ist kostenlos.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann sind Sie mit Ihrem Baby herzlich eingeladen!

Datum : 15.01. – 26.02.2025 je 2 UStd.

Tag : **mittwochs**

Zeit : 09.30 – 11.00

Seher Kurtar

FB25 91

Datum : 03.09. – 01.10.2025 je 2 UStd.

Tag : **mittwochs**

Zeit : 09.30 – 11.00

Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin, Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc., Psychologische Beratung und Betreuung

FB25 92

gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



Offener Treff Elternstart NRW

Datum : 06.01. – 07.07.2025 je 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags

FB25 93

Datum : 13.01. – 14.07.2025 je 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags

FB25 94

Datum : 01.09. – 15.12.2025 je 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags

FB25 95

Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin, Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc., Psychologische Beratung und Betreuung

Elternkompetenzkurs FuN – Familie und Nachbarschaft

Haben Sie Lust, mit der Familie im Kreise anderer Familien die Freude am gemeinsamen Spiel und Gespräch kennenzulernen? In diesem Seminar geht es um die Stärkung des inneren Zusammenhalts der Familie und die Stärkung der Familie in ihrem sozialen Umfeld. Unter Anleitung der Pädagoginnen werden neue Kontakte geknüpft, die Verständigung in Familien gefördert, der Familienstress vermindert und der Familienzusammenhalt gestärkt.

Datum : **wird bekanntgegeben** je 4 UStd.

Zeit : 09.30 – 12.30

Ort : **Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln**

Necibe Dumanoglu, Erzieherin

FB25 96

Selbstempathie und Mutterglück

Der Kurs umfasst verschiedene Themen und Aktivitäten zur Förderung der mentalen Gesundheit von Müttern und Verbesserung Ihres Wohlbefindens.

Datum : 10.02. – 14.07.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 11.00 – 12.30	

Betül Uçar,

Systemische Beraterin (nach DGSF),
Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)

FB25 97

Was sind die Aufgaben des Jugendamts?

Wenn es um die Institution „Jugendamt“ geht, scheuen sich viele Familien aus unterschiedlichen Gründen mit diesem zusammen zu arbeiten. Jedoch ist die Aufgabe des Jugendamtes, Eltern bei der Erziehung, Betreuung und Bildung ihrer Kinder zu unterstützen. Bei welchen Anliegen das Jugendamt hilft und was sein besonderer Schutzauftrag ist, wird Ihnen die Referentin im Seminar erläutern.

Datum : 04.06.2025/10.09.2025	je 2 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 17.00 – 18.30	

Kauthar Abdo,

Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (M.A.)

FB25 98

Rechtsberatung für Mütter

Bei dieser Veranstaltung haben Mütter die Möglichkeit, ihre rechtlichen Fragen zu stellen (Kindergeld, Erziehungsurlaub, Mutterschutz, Scheidung, etc.).

Eine Rechtsanwältin gibt Antworten und zeigt Lösungswege auf.

Datum : einmal im Monat	je 2 UStd.
Tag : wird bekanntgegeben	
Zeit : wird bekanntgegeben	

Emine Beytekin, Rechtsanwältin

FB25 99

Achtsamkeit für geschiedene Mütter

Ein Kurs zur Förderung der mentalen Gesundheit von geschiedenen Müttern, umfasst verschiedene Themen und Aktivitäten, die darauf abzielen, das Wohlbefinden von Müttern zu verbessern. Hierbei unterstützen und bereichern sich die Mütter gegenseitig in ihrem Wohlbefinden und lernen Achtsamkeit in ihrem Alltag.

Datum : 10.02. – 07.07./01.09. – 08.12.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 15.00 – 16.30	

Betül Uçar,

Systemische Beraterin (nach DGSF),
Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)

FB25 100

Weiterführende Schulen

Wir informieren Sie über das deutsche Bildungssystem und die Schwerpunkte der weiterführenden Schulen.

Datum	: wird bekanntgegeben	je 2 UStd.
Tag	: wird bekanntgegeben	
Zeit	: 14.00 – 15.30	
Ort	: BFmF e.V.	

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 101

Frag doch mal eine Pädagogin!

Die Geschwisterkinder streiten ständig? Ihr Kind will nicht einschlafen? Der Stress am Morgen ist bei Ihnen Dauerzustand? Ihr Kind möchte nicht essen? Ihr Kind ist unselbständig? Ihr Kind hat keine Freunde oder wird gemobbt? Ihr Kind ist in der Pubertät? In einem safer-space beantwortet Sebiha Küman - Erzieherin und Pädagogin mit langjähriger Erfahrung in der Beratungsarbeit - all Ihre Fragen. Der Kurs richtet sich an Eltern, die ihr Kind besser verstehen und ihre Erziehungskompetenz stärken möchten.

Datum	: 31.01.2025	je 2 UStd.
Tag	: jeden letzten Freitag im Monat	
Zeit	: 16.00 – 17.30	
Ort	: wird bekanntgegeben	

Sebiha Küman,

Dipl. Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin,
Erzieherin, Systemische Beraterin und Familienberaterin

FB25 102

Anti-Stress-Wochenende für Mütter

Ausgelaugt und urlaubsreif? Dann ist dieses Anti-Stress-Wochenende genau das Richtige, um im Haus Eifelsonne in Hellenthal einmal so richtig die Seele baumeln zu lassen. Ob im hauseigenen Schwimmbad, in der Sauna, bei einer Inhouse-Massage oder einem Spaziergang durch den angrenzenden Wald. Gemeinsam wollen wir neue Kraft für die Herausforderungen des Alltags schöpfen und überlegen, wie wir uns im Alltag kleine Inseln der Ruhe und Erholung schaffen können.

Den Termin für das Vorgespräch bitte erfragen!

Termin	: Datum & Uhrzeit wird bekanntgegeben	16 UStd.
Ort	: Wird im Vorgespräch bekanntgegeben	

Nadja El Ammarine, Dipl. Pädagogin

FB25 103

Haushaltskasse führen

Reichen die Einnahmen nicht aus, um alle Ausgaben zu decken? Haben Sie all Ihre Sozialleistungsansprüche ausgeschöpft? Dann ist es sehr wichtig, den Überblick nicht zu verlieren. Dafür ist das Führen einer Haushaltskasse immer sehr hilfreich.

In dieser Veranstaltung erlernen Sie eigenständig eine Haushaltskasse zu führen und prüfen mit Unterstützung, ob Sie alle Ihnen zustehenden Sozialleistungen ausgeschöpft haben.

Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Datum	: 13.03.2025	2 UStd.
Tag	: Donnerstag	
Zeit	: 15.00 – 16.30	

Sevgi Şentürk, Dipl. Ökonomin/
zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

FB25 104

Arabisch – Umgangssprache

Möchten Sie sich auf Arabisch unterhalten? Brauchen Sie Arabisch für Ihre Arbeit? In diesem Kurs lernen Sie wichtige Wörter und den Satzbau.

Im Vordergrund steht die Kommunikation.

Datum : ab Januar 2025	je 2 UStd.
Tag : wird bekanntgegeben	
Zeit : wird bekanntgegeben	
Kosten : wird bekanntgegeben	

Saliha Taş, Islamwissenschaften (M.A.)

FB25 105

Die Polizei klärt auf: So schützen Sie sich vor Diebstahl und Einbruch!

Ein Fenster auf Kippe, eine offene Balkontür, ein einfaches Schloss an der Wohnungstür, eine ständig offenstehende Haustür können schnell als Einladung von Einbrechern gesehen werden. Was können wir tun, um unsere Wohnungen, Autos und anderes Eigentum vor Einbruch und Diebstahl zu schützen? Welche Verhaltensweisen und technische Ausrüstung gibt es zum Schutz?

Über diese und andere Fragen informiert uns die Polizei.

Datum : 12.02.2025	2 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 10.00 – 12.15	

M.N.

FB25 106

Väter-Treff

Der Väter-Treff ist ein spezielles Angebot für arabischsprachige Väter, in dem Themen wie Erziehung, Eltern-Kind-Beziehung, Familienstrukturen, Ehe und Partnerschaft in der neuen Heimat Deutschland behandelt werden.

Datum : 07.01. – 08.07.2025	54 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 17.00 – 19.15	

Feras Afaghani, (in Arabisch)

FB25 107

Datum : 02.09. – 16.12.2025	54 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 17.00 – 19.15	

Feras Afaghani, (in Arabisch)

FB25 108



Hurra, wir werden/sind Großeltern!

Großeltern werden - sind wir jetzt alt?

„Oma / Opa“- irgendwie führt der neue Status einem das eigene Alter ganz deutlich vor Augen. Natürlich kann niemand die Zeit zurückdrehen, doch die meisten Großeltern blühen richtig auf und fühlen sich noch einmal jung.

Sie wollen perfekte Großeltern werden und die werdenden Eltern unterstützen. Doch was ist sinnvoll und was zu viel?

Lassen Sie uns zusammenkommen und uns bei Kaffee und Kuchen in einer gemütlichen Atmosphäre austauschen.

Datum : ab 07.02.2025 je 3 UStd.

Tag : jeden ersten Freitag im Monat

Zeit : 11.30 – 13.45

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 109



Oma erzählt

حكايات جدتي

عزيزتي الجدة

نلتقي في جو من المحبة نحتسي الشاي والقهوة ,
فنستمع ونستمتع بحكايات زمان.

حضور أولادنا محور اهتمامنا في سماع الحكاية .

مرحبا بكن

Arabische Seniorinnen erzählen Jugendlichen von ihrer eigenen Jugend, ihrer Heimat, ihren Anfangsjahren in Deutschland, von ihren Erlebnissen, Erfahrungen und von ihren Wünschen und Träumen.

Datum : wird bekanntgegeben je 3 UStd.

Tag : montags

Zeit : nach Vereinbarung

Assia Daoudi, (in Arabisch),

Dipl. Literaturwissenschaftlerin/Elternbegleiterin

FB25 110

Kinder sicher begleiten - Teil 1

Erste Hilfe Kind- Einführungsworkshop

Unfälle bei Kindern stellen im Alltag eine ständige Gefahr dar. Dabei ist es bekannt, dass viele dieser Unfälle durch richtiges Verhalten und einfache Vorsorgemaßnahmen verhindert werden können. Indem Sie sich über potenzielle Gefahrenquellen und häufige Verletzungsmuster bei Kindern informieren, können Sie Ihren Nachwuchs schützen und ihm gleichzeitig die Möglichkeit geben, sich sicher und frei zu entfalten. **Kinder benötigen keine überängstlichen Eltern, sondern solche, die gut informiert sind.**

Da Notfälle oft plötzlich und unerwartet auftreten, ist es sinnvoll, sich frühzeitig Wissen anzueignen, um im Ernstfall schnell und effektiv Erste Hilfe leisten zu können. Gerade in den ersten Minuten können gezielte Handlungen entscheidend sein. Unser Workshop „Erste Hilfe am Kind/ Kindernotfälle“ vermittelt Ihnen anhand praktischer Beispiele und Übungen, wie Sie im Ernstfall Ihrem Kind oder Baby effektiv helfen können. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, insbesondere an (Groß-)Eltern aller Altersgruppen.

Themenschwerpunkte:

- Kindernotfälle erkennen
- Verhalten im Notfall
- Notfallmaßnahmen bei Verschlucken/Ersticken
- Reanimation bei Kindern
- Reanimation bei Säuglingen
- plötzlicher Kindstod (SIDS)

Datum : 11.02.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Tayfun Tilkicik,

European Paediatric Advanced Life Support (EPALS) Provider

FB25 111

Kinder sicher begleiten - Teil 2

Erste Hilfe am Kind Vertiefungsworkshop

In dem Vertiefungsworkshop geht es um folgende Themenschwerpunkte:

- Hausapotheke,
- gefährliche Spielzeuge,
- gefährliche Haushaltsmittel:
- Vergiftungen, Verbrennungen,
- Gehirnerschütterung,
- Umgang mit Fieber/Fieberkrampf,
- sicher schwimmen mit Kindern:
- Ertrinken vermeiden,
- vor Sonne schützen,
- Zahnunfälle,
- Zeckenentfernung,
- Infektionen vorbeugen



Datum : 18.02.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

Tayfun Tilkicik,

European Paediatric Advanced Life Support (EPALS) Provider

FB25 112

Schnell und gesund kochen im Alltag

Du möchtest gerne wissen, wie Du schnell einen Brotaufstrich, einen Rohkostsalat, ein Smoothie oder vielleicht ein köstliches Fruchteis selbst herstellen kannst?
Im Seminar zeig ich Dir, wie es geht!

Kosten für Lebensmittel: 5 €

Datum : 12.09.2025	3 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 15.00 – 17.15	

Regina Sadik

FB25 113

Gesunde Ernährung für die Familie

Eltern möchten, dass ihre Kinder sich gut und gesund entfalten. Gleichzeitig erschwert der Familienalltag oft eine gesunde und ausgewogene Ernährung umzusetzen. In diesem Seminar geht es um alltagstaugliche Tipps und Tricks, wie z.B. gesunde Mahlzeiten lecker, kinderfreundlich und stressfreier gestaltet werden können.

Datum : 18.11.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 17.30 – 19.00	

Z. Hilal Aydın,

Heilpraktikerin/Ernährungsberaterin

FB25 114

Marie, Murat & Co.

Vielfalt der Religionen und Kulturen in Kita und Kindertagespflege
Eintägige Kompakt-Fortbildung



Wir leben in einer bunten und vielfältigen Gesellschaft. Menschen aus verschiedenen Kulturen und Religionen leben Tür an Tür. Auch in der Kita und Kindertagespflege spiegelt sich diese Vielfalt wider. Je mehr Wertschätzung den Kindern, ihrer Familienkultur, ihrer Herkunft, Sprache und Religion entgegengebracht wird, umso mehr Selbstvertrauen können Kinder entwickeln. Wir haben die bisherige Fortbildung „Marie und Murat“, als eintägige Kompakt-Fortbildung neu konzipiert und laden Sie herzlich zur Teilnahme ein!

Besonderheiten unserer Fortbildung:

- Interreligiöses Team aus erfahrenen Referentinnen
- Wir arbeiten praxisorientiert mit Fokus auf verschiedenen Lernebenen:
- **Wissensebene:** Hintergrundinformationen zu verschiedenen Religionen mit Schwerpunkt Islam, Verbindungen zwischen den Religionen, Praxisbezug zur Kita und Kindertagespflege
- **haltungsebene:** Sensibilisierung für die Vielfalt der Kulturen und Religionen
- **Handlungsebene:** Konkrete Ideen und Materialien für interreligiöse Projekte, Zeit für Austausch mit Kolleg:innen
- Besonderer Veranstaltungsort: Wir sind an diesem Tag zu Gast im muslimischen Familienzentrum mit eigener U3-Kita in Köln-Ehrenfeld

Kosten: 15,00 € Beitrag für die Verpflegung inkl. Getränke und Mittagessen (bitte in bar mitbringen, Quittungen können ausgestellt werden).

Anmeldung: an Britta Köllejan,
britta.koellejan@erzbistum-koeln.de, Tel.: 0221-1642-7200

Eine Fortbildung in Kooperation von: FamilienForum Köln Deutz-Mülheim, Kath. Familienbildung Köln e.V., Fachbereich Dialog des Erzbistums Köln Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen (BFmF) Köln e.V., Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e.V.

Datum : 25.06.2025, Mittwoch	8 UStd.
Tag : 09.30 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120 b, 50823 Köln	

FB25 115

Anna Hermkes, Theaterpädagogin

Anna-Maria Fischer, Diplomtheologin, Islam- und Religionswissenschaftlerin

Hanım Ezder, Pädagogin und Islamwissenschaftlerin

Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen

Mit der Ausbildung gilt es, die Achtsamkeit im Alltag zu verankern und das Selbstmitgefühl zu trainieren. Die gesamte Ausbildung basiert auf einem ganzheitlichen und wissenschaftlichen Verständnis von Achtsamkeit und entwickelt die Kompetenzen für die Vermittlung und den Transfer in den Alltag. Vor allem die Wahrnehmung im Augenblick wird durch die Achtsamkeit geschult. Dafür erhalten Sie ausführliche Seminar- und Übungsmaterialien. Ein Schwerpunkt dabei ist die Selbsterfahrung. Sie erfahren, wie Achtsamkeit in der Natur



- den Zugang zu Körper, Geist und Seele schult
- Krisensituationen analysiert und in lösungsorientiertes Handeln umsetzt
- natürliche Phänomene und Resonanzen für Persönlichkeitsentwicklung und Lösungsfindung nutzt

Außerdem erfahren Sie neue Impulse, die auch zur Weiterentwicklung Ihrer bisherigen Angebote dienen können. Sie erhalten ein Zertifikat als Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen.

In Kooperation mit „Deutsche Akademie für Waldbaden & Gesundheit“ und als Bildungsurlaub anerkannt.

Datum : 08.04.2025/10.04.2025	je 8 UStd.
Tag : Dienstag/Donnerstag	
Zeit : 09.00 – 16.15	
Kosten : 399 €	

Jasmin Schlimm-Thierjung,
Akademieleitung und Inhaberin Waldbaden, Ausbilderin,
Erlebnispädagogik, Retreats, Train the Trainer

Thomas Müller,
Natur-Achtsamkeit und Meditation, Autogenes Training in der
Natur, Waldbaden in der Trauer, Trainer

FB25 116

Poesie in der (muslimischen) Erziehung

Poesie in der (muslimischen) Erziehung – von der frühen Literacy-Förderung bis zum Erwachsenenalter. Für Pädagog:innen bietet Poesie eine flexible Methode, um sowohl emotionale als auch soziale Kompetenzen zu fördern. Kinder lernen durch rhythmische und melodische Verse sowohl sprachliche als auch kognitive Fähigkeiten zu entwickeln. Dieses Seminar bietet einen Einblick in die Welt der Poesie und richtet sich an Pädagog:innen, die mit kreativen Methoden ihre pädagogische Arbeit bereichern möchten.



Datum : 19.02.2025	3 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 17.00 – 19.15	

Layla Kamil Abdulsalam,
Lehrerin für Mathematik und Deutsch,
Lehramt für Gymnasium/Gesamtschule

FB25 117

Basisbildung für Migrantinnen/ Vorbereitungskurs für den Besuch der Hauptschule



Teilnehmerinnen unserer Klassen (2023/2024) mit ihren Lehrerinnen

Dieser Kurs ist für Frauen mit Migrationshintergrund im Alter von 18 bis 45 Jahren. Voraussetzung zur Teilnahme sind deutsche Sprachkenntnisse auf A2-Niveau. In diesem Kurs werden die Deutschkenntnisse intensiv gefördert und Basiskenntnisse in den Fächern Biologie, Mathematik, Geschichte sowie Berufskunde vermittelt. Die Teilnehmerinnen erhalten Wissen und Unterstützung, um ihren Alltag selbständig zu bewältigen und können bei entsprechender Motivation und Mitarbeit im Folgejahr den Kurs zum Hauptschulabschluss nach Klasse 9 besuchen.

Der Kurs wird aus Mitteln des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds gefördert und ist daher für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Voraussetzungen

- Deutschkenntnisse auf A2-Niveau
- Motivation

Kursdauer

27.08.2024 – 11.07.2025 (laufender Kurs)
01.09.2025 – 16.07.2026 (neuer Kurs)

Unterrichtszeiten

Mo. – Do.: 09.00 – 12.15 Uhr
(ca. 588 UStd.)

Sollten Sie Interesse an diesem Kurs haben, sprechen Sie uns gerne an. Anmeldungen sind ab März 2025 möglich.

Ansprechpartnerinnen

Dr. Gülcan Özcan / Birsan Ürek (M.A.)
hsa@bfmf-koeln.de

FB25 118

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

